MEREBUT KEMBALI KESADARAN

Sangat di anjurkan untuk
dibaca, Dicetak dan diseberluaskan
tidak ada hak cipta
semua bebas untuk membagikannya

MENJUAL OBAT UNTUK MASALAH YANG MEREKA CIPTAKAN

Banyak dari kita yang sudah mengetahui ketahui bahwa depresi telah meningkat secara pesat dalam beberapa dekade terakhir. Peningkatan ini tampaknya tidak akan berhenti sejak Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) mengeluarkan peringatan pada tahun 2020, bahwa depresi akan menjadi masalah kesehatan kedua yang paling umum tersejadi di seluruh dunia, tepat di bawah penyakit jantung.

Perasaan yang hampa dan seperti tidak berharga menjadi karakteristik depresi terkait dengan masyarakat ditempat dimana kita hidup, orang sibuk terhanyut dalam gelombang kehilangan atas dirinya dan memilih untuk mengonsumsi hiburan massal agar dapat menghindari perasaan bahwa mereka memiliki hidup yang menyedihkan, atau kehancuran mental yang terjadi secara terus menerus. Sementara itu ***"para ahli"*** dibayar oleh perusahaan-perusahaan farmakologi menawarkan jawaban bahwa depresi adalah gangguan otak yang dikarenakan ***"ketidakseimbangan kimiawi",*** hasil dari beberapa genetik yang salah dan belum mereka identifikasi.

Depresi telah secara luas disebut sebut sebagai endemik bagi generasi 2000-an. Depresi parah adalah 10 kali lebih umum terjadi pada hari ini daripada 50 tahun yang lalu, dan rata-rata menyerang satu dekade penuh lebih awal dalam kehidupan daripada yang terjadi pada satu generasi yang lalu. Perasaan dan perilaku seperti itu membuktikan frustrasi dan keputusasaan yang tidak memiliki tempat lain ketika lanskap sosial begitu beku.

Ketidaksukaan atau bahkan pertentangan dengan cepat dipasar-kan menjadi citra gaya yang dapat dijual; keterasingan dan kesendirian sebagai mode. Sementara itu bunuh diri, mungkin kemunduran terakhir, teru meningkat selama beberapa dekade.

- John Zerzan

Hari ini, depresi tidak dianggap sebagai efek samping yang diperlukan dari ***"kemajuan"*** - sama seperti pembunuhan warga sipil dan "para ahli" selalu menegaskan bahwa penelitian yang lebih ilmiah adalah satu-satunya solusi untuk masalah tersebut. Sampai gen-gen mistis ini ditemukan dan kita semua dapat hidup di ***"surga" techno-virtual*** yang dijanjikan sebagai manusia, memodifikasi secara genetis, industri farmakologi tentu saja senang menjual obat-obatan untuk membantu umat manusia menangani "ketidak-seimbangan kimiawi" nya, seperti saat dijualnya air minum kemasan untuk "menyelesaikan" masalah pencemaran air.

Sayangnya jika mereka menemukan obat yang sempurna untuk menghilangkan semua gejala depresi dan stres, mereka tidak akan berhenti sampai disini saja. Sebab, semakin jelas bahwa minat mereka bukanlah kebahagiaan dan kesejahteraan untuk seluruh umat manusia, seperti yang mereka janjikan, tetapi hanya untuk "kemajuan" dan ras teknologi yang sedang berlangsung. Obat seperti itu pada kenyataannya akan menjadi kesempatan untuk meningkatkan tuntutan masyarakat atas efek stres dan pengaruh depresi dari lingkungan dimana mereka tinggal. Ketergantungan pada obat-obatan akan memaksa orang lain untuk menggunakannya agar dapat bersaing dan bertahan hidup.

"Bayangkan sebuah masyarakat yang menempatkan manusia pada kondisi yang membuat mereka sangat tidak bahagia, lalu memberi mereka obat untuk menghilangkan ketidakbahagiaan mereka. Fiksi ilmiah? Ini sudah terjadi sampai batas tertentu dalam masyarakat kita sendiri. Alih-alih menghilangkan kondisi yang membuat orang depresi, masyarakat modern memberi mereka obat antidepresan. Akibatnya, antidepresan adalah sarana untuk memodifikasi keadaan internal seseorang sedemikian rupa sehingga memungkinkannya untuk mentolerir kondisi sosial yang ia temukan. ***Sebuah kondisi yang tidak dapat ditoleransi.****"*

- Theodore Kaczynski

Sementara itu di masa lalu, masyarakat harus beradaptasi dengan batas-batas manusia, kemudian situasinya telah terbalik untuk hari ini, manusia yang harus beradaptasi dengan masyarakat. Apakah itu ide mereka tentang ***"dunia yang sempurna"***? Dan yang lebih penting, apakah itu milikmu? Karena pertanyaan penting ini tidak pernah menghasilkan perdebatan di media arus utama, tampaknya korporasi farmakologi telah menjawabnya untuk kita.

Menggunakan janji-janji palsu konsumerisme - ***“produk kami akan menyelesaikan semua masalah Anda dan membuat Anda merasa puas seperti gambar-gambar ideal yang Anda lihat di iklan kami”*** penjualan anti-depresan telah meningkat sebesar 800% pada tahun 90an saja. Mereka sekarang mengklaim bahwa satu dari lima orang di dunia, pasarnya lebih dari 500 juta orang, kecanduan atas produk tersebut memaksa setiap orang untuk menjerit ***"kami membutuhkan obat itu segera".***

Apakah ini mendesak karena orang akhirnya terbangun dan mereka perlu dihubungkan kembali ke Matriks ilusi sebelum mereka melihat gurun dunia nyata ditempat mereka hidup?.

Mitos kebahagiaan permanen

Salah satu efek dari pemasaran berlebihan dari industri farmakologi, dan banyak industri lain yang mempromosikan nilai "kesehatan", adalah terciptanya cita-cita unik yang harus dipegang teguh oleh setiap orang. Konsumen “penuh” yang melihat setiap iklan, secara sadar atau tidak sadar membuat kita percaya bahwa kebahagiaan permanen adalah mungkin, mitos terbesar dari mereka semua. Mitos kebahagiaan permanen.

> *“Penderitaan adalah kesalahpahaman. Itu ada dan nyata. Saya bisa menyebutnya kesalahpahaman, tetapi saya tidak bisa berpura-pura bahwa itu tidak ada, atau akan pernah lenyap. Ada saatnya saya sangat ketakutan. Kebahagiaan apa pun tampaknya sepele. Namun, saya bertanya-tanya apakah ini bukan kesalahpahaman menggenggam kebahagiaan, ketakutan akan rasa sakit. Jika alih-alih takut dan lari darinya, seseorang bisa melewati dan bahkan melampauinya. Saya tidak tahu bagaimana mengatakannya. Tetapi saya percaya bahwa kenyataan sakit bukanlah rasa sakit. Jika Anda dapat menanggungnya sepanjang jalan.”*

- Ursula Le Guin

Manusia adalah organisme sadar, sifatnya dualistis. Kita tidak bisa mengetahui manisnya tanpa mengetahui asam. Kita tidak bisa mengalami kebahagiaan tanpa mengalami kesedihan. Dengan upaya untuk menghilangkan kesedihan, obsesi terhadap positivisme, pada akhirnya kita hanya menemukan kematian emosional. Inilah yang dirasakan seseorang yang menderita depresi. Bahkan, dapat dikatakan bahwa orang yang depresi berbeda dari orang ***"normal"*** hanya dalam kesadarannya akan kemiskinan atas kehidupan emosionalnya. Terlalu takut akan teror, kita menjadi tidak bisa merasakan sukacita. Untuk dapat melampaui itu, rasa sakit harus dipeluk seperti perasaan lainnya.

kekecewaan, rasa malu, takut, teror,
kemarahan adalah kegilaan sementara.
- Benjamin Rush

Individu yang dilabeli dengan manik-depresi (***gangguan bipolar***), di sisi lain, mengalami kedua keadaan secara intens. Sementara ***mania*** diterima dan bahkan dipromosikan oleh masyarakat kita, episode depresif paling disukai. Luangkan waktu sebentar dan tanyakan pada diri Anda: ***apakah intensitas ini buruk bagi orang tersebut atau itu hanya masalah karena tidak cocok dengan mitos kebahagiaan permanen yang dipromosikan oleh masyarakat modern? Ya,*** manik-depresi menyebabkan penderitaan dan membuatnya sulit untuk menjalani kehidupan "normal", tetapi bukankah itu juga cara untuk mengenal hidup lebih dalam?.

Normalitas vs keanekaragaman

Sementara beberapa masalah seperti depresi dan stres tampaknya merupakan hasil dari lanskap mental kita yang ***dekaden***, keadaan pikiran lain telah menjadi sebuah masalah hanya karena mereka tidak cocok dengan skema besar peradaban, di mana normalitas membuat lebih mudah untuk menegakkan ***"ketertiban"***. Mereka menggunakan perbedaan budaya untuk tujuan pemasaran dan pada akhirnya semua orang seharusnya membeli produk yang sama agar memiliki keinginan yang sama: penghasilan yang stabil, keluarga yang bahagia, rumah yang bagus, postur tubuh sempurna, kepercayaan diri yang besar. Mereka yang mampu membelinya memiliki ***"pilihan"***, tetapi mereka sebagian besar terbatas pada selera yang berbeda, seperti warna mobil, merek pakian dan lain sebagainya.

Keanekaragaman sangat penting untuk keberlangsungan setiap ekosistem. Jika alam telah bertahan dari penaklukan yang kita lakukan, itu karena keanekaragaman hayatinya. Jika iklim atau lingkungan berubah, beberapa spesies akan mati, tetapi yang lain akan bertahan hidup untuk memungkinkan evolusi berlanjut. Ketika peradaban akan mengurangi sapi menjadi satu ras sempurna, itu hanya akan melahirkan satu virus untuk membunuh mereka semua, kondisi yang sama terjadi ketika virus covid-19 hadir untuk menghancurkan segalanya.

Hal yang paling menarik bagi kita adalah keanekaragaman di antara manusia. Kita dapat melihat bahwa masyarakat tidak mendukung ini hanya dengan cara bagaimana sekolah umum bekerja: semua anak harus mengikuti mata pelajaran yang sama, terlepas dari minat mereka, dan bahkan jika pada akhir sekolah wajib mereka untuk memilih karier yang berbeda, ini adalah karena kebutuhan pasar kerja saja. Akibatnya banyak remaja menyelesaikan sekolah dengan begitu ***'terasing"*** dari bayangan awal mereka dan berjuang untuk menemukan pekerjaan yang menarik minat mereka.

Mari sekarang kita lihat beberapa “penyakit mental” lain yang tersebar luas dari sudut pandang bahwa mereka lebih merupakan perbedaan, bagian dari keanekaragaman ekosistem apa pun, daripada gangguan:

Attention-Deficit Hyperactivity Disorder (ADHD) adalah contoh menyedihkan dari dunia tempat kita hidup: banyak anak tidak bisa tinggal sepanjang hari di penjara yang disebut ***"sekolah"*** karena mereka memiliki terlalu banyak energi dan kreativitas. ***"Prihatin"*** tentang masa depan mereka di masyarakat ini, dipengaruhi oleh psikiater, orang tua mereka memberi mereka makan dengan ***Ritalin***, terkadang sejak usia 4 tahun, untuk membuat mereka mati rasa dan semangat. Mereka dianggap cocok untuk ilusi normalitas, tetapi apakah itu membuat mereka lebih bahagia?.

Skizofrenia sering disebutkan ketika berbicara tentang penyakit mental karena itu bisa sangat mengganggu dan sangat lama. Untuk memahami ***"penyakit"*** ini, kita harus melihat budaya ***"primitif":*** di semua budaya itu, kita dapat menemukan dukun yang memiliki bakat untuk bepergian ke ***"dunia lain"*** dan menyembuhkan orang. Inisiasi tidak disengaja (***meskipun dukun muda dapat diidentifikasi awal oleh suku mereka***) dan membutuhkan beberapa tahun yang sangat mengganggu sampai dukun mampu menguasai keterampilannya. Yang menarik adalah bahwa efek inisiasi ini sangat mirip dengan gejala skizofrenia.

Memang beberapa suku primitif dibodohi oleh psikiater barat bahwa dukun masa depan mereka adalah ***"skizofrenia"*** dan harus diobati. Sayangnya tampaknya obat-obatan anti-psikotik mencegah proses selesai, sedemikian rupa sehingga individu tersesat dalam kekosongan antara dua dunia.

Orang-orang semakin ditempatkan di bawah label ***Asperger's syndrome*** atau autisme. Individu yang didiagnosis dengan ***"gangguan"*** ini biasanya memiliki IQ tinggi dan tidak ada gangguan selain kesulitan untuk berinteraksi serta berkomunikasi dengan orang lain. isolasi dan pemikiran obsesif mereka dapat membedakan mereka dan membuat lebih sulit komunikasi (atau kurang bermakna) karena mereka tidak berada pada gelombang yang sama dengan orang lain.

Hal itu tidak harus menjadi kerugian meskipun: beberapa psikiater sebenarnya baru-baru ini "didiagnosis kembali" Newton dan Einstein dengan ***sindrom Asperger.*** Pertanyaannya adalah: apakah kedua orang jenius ini telah menyampaikan kebijaksanaan mereka jika mereka dicap autistik dan diobati pada masa muda mereka ? Kecemasan sosial juga meningkat. Terlepas dari kenyataan, mudah untuk menjadi sadar diri tentang perilaku kita dan melihat ketika kita hidup dalam masyarakat yang menilai setiap orang atas penampilan mereka, perlu disebutkan bahwa di antara semua binatang sebagian dari mereka secara alami pemalu.

Hewan pemalu memiliki peluang lebih besar untuk bertahan hidup karena ketakutan mereka membuat mereka kurang berisiko. Bagi manusia, rasa malu mungkin membuatnya lebih sulit untuk menjadi bagian dari masyarakat, tetapi juga merupakan kesempatan besar untuk mengembangkan kemampuan batin yang orang lain, terlalu sibuk bersosialisasi, tidak punya waktu untuk peduli.

Sebagian besar rasa sakit yang dirasakan oleh orang-orang dari sakit mental, lebih disebabkan oleh penolakan masyarakat atas orang yang menderita ***"penyakit"*** itu sendiri. Keterasingan, kesepian, tunawisma, harga diri rendah adalah semua hasil destruktif dari masyarakat yang tidak mentolerir perbedaan. Lebih jauh lagi, keyakinan bahwa ada sesuatu yang ***"salah"*** yang harus ***"diperbaiki"*** (atau paling tidak ditekan) hanya dapat mengasingkan orang dari diri mereka sendiri dan membuat mereka merasa sengsara serta tidak berharga. Memang hampir semua ***"penyakit"*** ini biasanya digabungkan dengan depresi.

> *"Masyarakat kita cenderung menganggapnya sebagai* ***"penyakit"*** *setiap mode pemikiran atau perilaku yang tidak nyaman untuk sistem, dan ini masuk akal karena ketika seseorang tidak cocok dengan sistem itu menyebabkan rasa sakit pada individu serta masalah bagi sistem. Dengan demikian manipulasi individu untuk menyesuaikannya dengan sistem dipandang sebagai* ***"obat"*** *untuk* ***"penyakit"*** *dan karenanya baik."*
>
> ***- Theodore Kaczynsk***

PENYEMBUHAN ATAU REPRESI ?

Mungkin semua ini membuat kita bertanya-tanya apakah psikiater dan psikolog benar-benar tertarik dalam penyembuhan atau apakah peran mereka adalah untuk menjaga ilusi ***"ketertiban"***, ***"normalitas"*** dan ***"kewarasan"*** dalam masyarakat?, Memang tujuan utama suaka selalu untuk menjaga ***"orang dengan ganguan jiwa"*** di luar masyarakat karena mereka dianggap ***"berbahaya"***. Apakah itu mungkin karena mereka tidak cocok dalam masyarakat dan keberadaan mereka semata untuk mengekspos kebohongan dari sebuah sistem? Sangat menarik untuk dicatat bahwa sebelum munculnya rumah sakit jiwa, sesat, penyihir, pelacur, orang gila, dan pada dasarnya siapa pun yang menyimpang secara sosial sedang diperlakukan (disiksa, diusir, dibakar) oleh Inkuisisi.

Beberapa istilah untuk menggambarkan pemburu penyihir telah dikonversi menjadi psikiatri dan terus melakukan pekerjaan yang sama, menggunakan ***pseudosains*** sebagai agama untuk menempatkan diri mereka di atas orang-orang yang dianggap sakit mental dan mencoba memaksa semua untuk standar masyarakat. Standar-standar ini berubah sangat besar melalui ruang dan waktu. Misalnya, homoseksualitas dianggap sebagai kelainan oleh kitab suci psikiatri sampai tahun 70-an.

Orang yang paling menderita atas perilaku psikiatri adalah anak-anak yang tidak memiliki pilihan mengenai pengobatan mereka, karena mereka belu bisa menentukan pilihan. Terlepas dari ADHD dan ***sindrom Asperger*** yang disebutkan sebelumnya, label ***"Oppositional Defiant Disorder"*** menawarkan penjelasan yang mudah bagi orang tua yang tidak ingin memahami mengapa anak-anak mereka memberontak dari pemahaman mereka yang menindas dan gaya hidup konsumen yang tidak berguna. Untuk orang tua semacam ini, pengobatan tampaknya menjadi satu-satunya solusi, terutama jika mereka sendiri adalah korban dari industri psikiatri.

PSIKIATRI SEBAGAI REPRESI POLITIK

Kasus-kasus yang lebih mengejutkan tentang bagaimana mitos ***"penyakit mental"*** telah digunakan oleh sistem penindasan, termasuk Uni Soviet di mana para pembangkang politik secara teratur didiagnosis dengan sakit mental dan dikurung dalam rumah sakit jiwa. Penindasan serupa dilakukan di Amerika, di mana penyimpangan sosial dianggap sebagai penyakit mental. Pada bulan April 2003 terdapat kasus seseorang yang membaca dan berbicara tentang teori konspirasi dalam pemerintah amerika didiagnosis sebagai ***"paranoid"*** dan ditahan di rumah sakit jiwa selama 9 hari.

Sama seperti undang-undang baru yang terus ditambahkan untuk menciptakan kelas-kelas baru antar penjahat dan memaksa orang ke dalam pusara legalitas yang semakin menyempit, gangguan mental baru ditemukan setiap saat untuk menciptakan kelas-kelas baru untuk itu, membuka pasar baru untuk farmakologi industri dan memaksa orang ke berbagai ***"kewarasan"*** yang semakin menyempit. Sebenarnya, ***"gejala"*** gangguan mental satu-satunya hal yang mendasari keberadaan gangguan ini sangat luas, sehingga siapa pun dapat didiagnosis dengan 2-3 masalah kejiwaan di antaranya hanya dengan mengunjungi psikiater.

“Untuk hari ini kita tidak membutuhkan program psikosurgeri dan kontrol politik masyarakat. Setiap orang yang menyimpang dari norma dapat dimutilasi dengan program operasi. Banyak orang mungkin berpikir bahwa realitas yang paling penting adalah keberadaannya sendiri, tetapi ini hanya sudut pandang pribadinya dan tidak memiliki perspektif historis. Manusia tidak memiliki hak untuk mengembangkan pikirannya sendiri. Orientasi liberal semacam ini sangat menarik. Kita harus mengendalikan otak secara elektris. Suatu hari tentara dan jenderal akan dikendalikan oleh stimulasi listrik otak.”

- Dr. Jose Delgado

Kutipan ini, datang dari seorang psikiater yang direkrut oleh CIA untuk program pengendalian pikiran ***MKULTRA*** setelah melayani rezim fasis di Spanyol, tidak bisa lebih eksplisit. Obsesi untuk mengendalikan ini bukanlah hal baru bagi peradaban berbasis manusia yang kita huni, dan mengendalikan pikiran manusia tidak diragukan lagi, itu merupakan tantangan terbesar mereka. Mereka bermimpi untuk membunuh sisi liar di dalam kita, untuk akhirnya mengubah kita menjadi mesin sempurna yang bekerja secara eksklusif atas nama ***"kemajuan"***. Bapak pendiri psikiatri Amerika, Benjamin Rush, bahkan menganggap gila sebagai ***"hewan liar yang merupakan tugas psikiater untuk mendisiplinkan",*** sebuah perbandingan yang mengingatkan kita tentang cara orang non-kulit putih diperlakukan selama penjajahan.

Realitas pengobatan

Di rumah sakit jiwa sendiri, proses pengobatan ***"pasien"*** jauh dari kata manusiawi dan bahkan memprihatinkan. Terapi kejut dan lobotomi yang tidak lazim seperti beberapa dekade yang lalu, meskipun fakta bahwa praktik biadab ini sudah dilarang, namun masih ada yang memperaktekannya. Sedangkan mereka yang dianggap sakit namun tidak masuk kedalam bangsal kejiwaan, dipaksa untuk meminum Obat-obatan, seringkali ancaman kurungan paksa diberikan jika obat-obatan tidak diminum.

Ada faktor yang membuat rasa kemanusiaan hilang di kalangan psikiater, antara lain adalah karena tekanan dari perusahaan asuransi yang merasa lebih murah untuk mengirim pasien kembali ke rumah dengan resep obat, serta dari kebutuhan industri farmakologi untuk meningkatkan pendapatannya. Penyebab lain adalah bahwa orang-orang pada umumnya lebih bersedia untuk ***"diperbaiki"*** tetapi kita tidak seharusnya melihat rasa sukarela tersebut sebagai alasan untuk dipaksakan. Mungkin saja itu membuktikan bahwa kita telah mendapatkan cuci otak secara efektif sehingga kita tidak melawan lagi.

Dari semua tirani yang dilakukan oleh tirani
dengan tulus demi kebaikan para korbannya,
mungkin yang paling menindas.

- CS Lewis

Mari kita lihat bagaimana resep obat ini ***"bekerja".*** Sementara iklan dan psikiater secara eksplisit atau implisit mengklaim bahwa mereka membantu penyembuhan, kenyataannya tampak berbeda: mereka bekerja hanya dengan menyembunyikan ***"gejala"*** dan menjaga otak tetap tenang. Setelah efek obat selesai, individu berada pada situasi yang sama seperti sebelum atau bahkan lebih buruk, karena semua obat antipsikotik dapat merusak sel otak setelah beberapa bulan atau bertahun-tahun, sebuah fenomena yang dikenal sebagai ***tardive dyskinesia*** dan Semuanya sangat adiktif juga.

kita dapat melihat bahwa obat-obatan tidak melakukan apa pun selain menjaga keadaan artifisial di otak yang membuat segala sesuatu lebih tertahankan bagi individu. Tidak ada yang salah dengan itu, mengingat beberapa gangguan mental sangat mengganggu dan dapat mendorong untuk bunuh diri, ini tidak adil dilain sisi, mereka tidak pernah memberitahu orang-orang bahwa pengobatan mereka akan tidak menyembuhkan. Obat-obatan yang diresepkan, seperti obat-obatan lain, harus digunakan dengan sangat hati-hati dan bersamaan dengan perawatan yang nyata, dibantu atau tidak oleh seorang tenaga profesional. Kalau tidak, orang itu akan tetap menjadi konsumen / korban dari industri farmakologi sepanjang hidupnya. Sayangnya, ini mungkin yang mereka harapkan.

MEREBUT KEMBALI KESADARAN

> *Entah Anda berpikir - atau orang lain harus berpikir untuk Anda dan mengambil kekuatan dari diri Anda, memutarbalikkan dan mendisiplinkan selera alami Anda, beradab dan mensterilkan Anda.*
>
> ***- F. Scott Fitzgerald***

Analisis panjang tentang peradaban dan psikiatri ini tidak digunakan untuk menyingkirkan tanggung jawab dan menyalahkan semua masalah kita pada orang lain. Kita tidak perlu ***"profesional"*** untuk memberi tahu bagaimana hidup kita, orang-orang telah menemukan ha ini sendiri secara alami selama jutaan tahun, dan kebanyakan dari “para pakar" itu mencegah orang untuk berpikir atas diri mereka sendiri.

Banyak orang yang tidak mengetahui bahwa dirinya adalah korban, mereka selalu merasa bahwa harus memiliki semacam tenaga profesional untuk membantu mereka - agen kesehatan mental, pemimpin agama, pendidik, dan lainnya - hal itu karena tidak mampuan diri mereka membuat keputusan secara mandiri atau melakukan kegiatan mereka sendiri.

Namun, Ini bukan kasus utamanya. Kita semua mampu menemukan jalan menuju penyembuhan, dengan keyakinan bahwa bukan diri kita yang membuat semuanya terasa kosong. Siapa yang bisa lebih tahu apa yang kita rasakan selain daripada diri kita sendiri? apa yang terjadi dalam pikiran kita? Ketakutan, motivasi, keinginan kita yang dalam biasanya melampaui kata-kata dan mereka mencapai lapisan realitas yang begitu dalam sehingga hanya sedikit psikiater yang dapat menemukannya. Cara kita berpikir dan melihat dunia sepenuhnya bergantung pada pengalaman masa lalu kita. Tidak ada yang bisa benar-benar memahami kita tanpa merefleksikan kembali seluruh hidup kita.

Kita memang tidak harus menolak psikiatri secara keseluruhan, kita harus membiarkan orang memilih apa yang mereka rasa terbaik bagi mereka, dengan menunjukkan kepada mereka berbagai alternatif yang tersedia dan membagikan mereka tentang informasi kebohongan industri kesehatan mental. Dalam poin ini hal yang paling penting untuk diperjelas adalah bahwa tulisan ini tidak mencari “Kebenaran” yang unik, saya hanya ingin setiap individu memahami bagaimana pikiran mereka bekerja, mencari solusi sendiri dan memiliki kebebasan untuk melakukan tindakan apa pun yang menurut mereka terbaik. Melakukan eksplorasi secara mandiri memungkinkan kita untuk berevolusi dari status korban yang tak berdaya menjadi penyembuh. Inilah semangat ***do-it-yourself*** yang harus diterapkan pada ingatan kita.

Alternatif untuk cara penyembuhan tradisional sebagian besar telah ada jauh sebelum kelas psikiater profesional diciptakan. Contohnya adalah: Meditasi, yoga, self-hypnosis, pengobatan herbal, terapi kognitif, pemrograman neuro-linguistik (NLP). Sebagian besar dari mereka juga memiliki sudut pandang holistik yang menekankan pentingnya keseluruhan dan menjadi sebuah ide yang ditolak oleh sebagian besar psikiater.

Dalam proses penyembuhan solusi apapun tidak akan datang dari langit atau dari luar, tetapi dari bawah kesadaran dan dalam diri sendiri. Alam bawah sadar kita ingin membantu pikiran sadar kita untuk pulih, andai saja kita mau mendengarkannya. Perubahan tak terhindarkan terjadi ketika kita akhirnya mengambil tanggung jawab untuk apa dan siapa hidup kita, mungkin untuk komunitas atau bahkan planet kita, untuk hari ini atau masa depan kita. Kita tidak lagi dibodohi oleh ocehan masyarakat yang memberitahu kita untuk menjadi "***warga negara yang bertanggung jawab***" sambil meminta kita untuk mengikuti perintah dari atas tanpa bisa bertanya. Kita semua memang memiliki tanggung jawab nyata dan jelas juga kebebasan nyata.

Lebih Dari Sekedar Penyembuhan

Pada titik ini sesuatu harus diuraikan: ini bukan hanya tentang penyembuhan, karena gagasan ini akan mengajakmu untuk melihat dataran tinggi yang harus dicapai, dimana rasa kesejahteraan abadi dapat ditemukan. Kurang lebih itu adalah dongeng dan iklan yang coba ditawarkan mereka kepada kita yang dianggap sakit.Perlu diinta kebahagiaan permanen adalah mitos mereka! Mereka menujual obat atas semua masalah yang mereka mulai, menawarkan sebuah proses siklik yang sedang berlangsung di mana perjalanan lebih penting daripada tujuan.

Untuk dapat melakukan perjalanan lebih bebas, Kebanyakan dari kita harus melepaskan diri dari beban keji-waan, terutama gagasan bahwa ada sesuatu yang salah dengan Anda. Seperti yang harus lebih sering dikatakan: Kita sempurna seperti mereka! kita telah melakukan yang terbaik dengan situasi yang ada, dan bahkan jika jalan yang kita ambil sampai sekarang lebih sulit daripada yang lain, ini tidak berarti kita gagal! Orang ***"normal"*** harus melalui ini juga suatu hari nanti, atau mereka tidak akan pernah memiliki kesempatan untuk tumbuh dewasa.

Kita adalah apa yang kita yakini. Jika bersikeras untuk percaya bahwa kita adalah korban tak berdaya dari penyakit mengerikan yang keselamatannya ada di tangan beberapa perusahaan besar, inilah yang pada akhirnya akan terlewati disepanjang hidup. Jadi Apa yang kamu inginkan ? Masihkah

ingin bergantung pada beberapa industri kesehatan mental ***(atau di bawah penilaian masyarakat)***, mengubah kepercayaan ini bisa begitu sulit, akan itu mungkin! Perhatikan keyakinan yang ada didalam kehidupan kita sehari-hari, bermainlah dengan berbagai paradigma ***(sistem kepercayaan)*** selama sehari, seminggu, atau bahkan sebulan. Meretas realitas dari terowongan gelap dan mencoba menerima gagasan bahwa kita tidak inferior tetapi hanya berbeda, bahwa kita semua sebenarnya berbeda. Jika kita membutuhkan inspirasi atau jika kita tidak cukup yakin bahwa kepercayaan memiliki peran untuk dimainkan, maka bacalah beberapa buku tentang kebebasan kognitif, pemrograman neuro-linguistik. Mungkin itu akan mengubah cara Anda memandang ***"kenyataan"***.

Pikiran kita harus diciptakan sendiri, agar ia berkembang dan memantul pada ***"realitas"*** dengan manusia lainnya. Tidak ada struktur kaku yang diikuti oleh setiap otak, bahkan jika beberapa model bermanfaat untuk memahami cara berpikir kita. Kita semua memiliki potensi dan kekurangan yang sama sekali berbeda. Alih-alih berfokus pada ***"masalah"*** kita, bukankah akan lebih masuk akal untuk mempromosikan penghargaan, keterampilan, keinginan, kepekaan kita, sehingga kita masing-masing memanfaatkan potensi mereka selama masa hidup mereka yang terbatas, tidak peduli betapa berbedanya mereka dari ***"norma"*** saat ini.

Normanya adalah sebuah ilusi yang nyata. Fisika kuantum memberi tahu bahwa kita adalah pencipta bersama alam semesta, bahwa satu-satunya fakta mengamati suatu objek mengubah sifatnya dan bahwa pikiran ***"subyektif"*** kita memiliki peran yang jauh lebih penting dalam kenyataan daripada yang dipikirkan oleh kebanyakan materialis.

Cara kita melihat ***"kenyataan"*** dan diri kita lebih berkaitan dengan lingkungan mental kita daripada dengan segala jenis realitas materialis atau kecenderungan genetik. Jika kita mampu melampaui struktur mental peradaban, jika kita mampu melampaui mereka, maka semuanya menjadi sangat mungkin!. Untuk membangun setiap jalan baru, pertama-tama kita harus tahu apa yang kita inginkan. Kita harus belajar mendengarkan suara hati kita, ketidaksadaran kita, kehendak sejati kita, bahwa sesuatu di dalam diri kita masing-masing yang secara intuitif tahu apa arah terbaik yang harus diambil.

Ini bisa berarti menyepi, setidaknya untuk sementara waktu, dari semua kebisingan latar belakang peradaban, seperti ***sosial media, internet, televisi, radio, surat kabar***, dan akhirnya teman. Semua ketakutan, keinginan, dan gagasan keterbatasan kita yang terkondisi tidak akan hilang pada saat kita mengisolasi diri kita sendiri dan mungkin salah satu dari kita akan mampu menemukan meditasi berharga untuk membantu kita dalam proses ini. solidaritas di mana setiap orang diterima dan dicintai.

Perubahan selalu datang dari bawah dan struktur penindasan lama pasti akan jatuh ketika kita berhenti mengandalkan mereka. Pada akhirnya semua orang dapat menciptakan budaya baru atas keanekaragaman dan solidaritas di mana setiap orang diterima dan dicintai.

Sebuah pepatah mengatakan "tidak ada dari kita yang bebas selama beberapa tidak bebas" tampaknya kalimat itu ada benarnya, Kita tidak dapat berharap menemukan sukacita dan keutuhan tanpa mengubah lingkungan kita, tanpa mengubah struktur realitas. Dengan demikian, penyembuhan yang nyata dan mendalam akan melibatkan penyembuhan planet dan masyarakat secara keseluruhan.